

NATTLØP

Nattløp arrangeres i utgangspunktet som vanlig løp. Løypene skal være enklere og kortere enn ved vanlige løp, og løpet bør legges til ryddig terreng med mye stier. Løpet kan gjerne også arrangeres som sprintløp i mer parklignende terreng. Det må benyttes kart i **målestokk 1:10 000 eller større**. Samlingsplass bør ha noe opplysning, i det minste må det være lys på registrering, start og mål.

Postene henges godt synlige og utstyres med refleksbrikker.

Det er bare en nybegynnerløype på nattløpene, Nybegynner LANG. Av sikkerhetsmessige grunner bør denne løypa være enkel.

Tidspunkt for første start tilpasses dagslystilgangen. Senere enn kl. 20.30 vil ikke være aktuelt. Siste start settes til en time etter første start. Ved start må det tilstrebes en viss spredning av løperne, startintervall på ca. 1 minutt anbefales, men det tillates at uerfarne løpere starter parvis hvis det er ønske om dette.